



<b>115. Hovedmesterskap</b>	Arena: Ravnanger Idrettspark
Sted: Askøy	Arrangør: Ask Friidrett
Dato: 29.-31. juli 2016	Hovedkomitéleder: Oddvar Jensen
	Stevneleder: Ole Tumyr

Ravnanger Idrettspark	
Anlagt:	1985
Rehabiliteret:	2013
Dekketype:	Polytan

Deltakelse og påmelding			
	Utøvere		
	Påmeldt	Startet	Forfall
Menn	217	199	8,3%
Kvinner	207	185	10,6%
Total	424	384	9,3%
	Starter		
	Påmeldt	Startet	
Menn		292	
Kvinner		260	
Total	689	552	19,9%
	Klubber		
	Påmeldt	Startet	
Klubber	88	84	4,6%
	Stafett		
	Påmeldt	Startet	
Lag	21	15	28,6%
Klubber	16	12	25,0%

Kongepokal menn	Karsten Warholm, Dimna
Kongepokal kvinner	Line Kloster, Vidar

Klubb	Gull	Sølv	Bronse	Total
Tjalve	6	5	5	16
Vidar	6	4	2	12
BUL	6	2	0	8
Tyrving	3	2	5	10
Norna-Salhus	3	2	1	6
Dimna	3	0	0	3
Fana	2	0	0	2
Gular	1	3	3	7
Sandnes	1	2	4	7
Gloppen	1	1	2	4
Herkules	1	1	0	2
Fagernes	1	0	1	2
Ask	1	0	0	1
Laksevåg	1	0	0	1
Nidelv	1	0	0	1
Osterøy	1	0	0	1
Stord	1	0	0	1
Trondheim	1	0	0	1

Klubb	Poeng
Tjalve	152
Vidar	109
Tyrving	104
Sandnes	93
BUL	90,5
Norna-Salhus	83
Gular	80
Gloppen	48
Dimna	45
Gneist	37
Fri	36
Sørild	31
Fana	30
Ull/Kisa	30

## Resultatene

## Menn 100 meter

Finale	1. aug	-1,8
<b>1 Jaysuma Saidy Ndure</b>	<b>BUL</b>	<b>10.59</b>
<b>2 Salumu Ageze Kashafali</b>	<b>Norna-Salhus</b>	<b>10.62</b>
<b>3 Jonas Halonen</b>	<b>Tyrving</b>	<b>10.72</b>
4 Håkon Morken	Lillehammer	10.91
5 Filip Bøe	Fana	10.96
6 Hallgeir Martinsen	Tyrving	11.01
7 Eirik Thorshaug	Trondheim	11.08
8 Kristoffer Buhagen	BUL	11.10

**Semifinale 1 (-2,5).** (29. juli) 1 Kashafali 10.79, 2 Martinsen 11.10, 3 Buhagen 11.13, 4 Bøe 11.19, 5 Riquelvis Santiago, BUL 11.20, 6 Mickey Joe, BUL 11.26, 7 Tormod Hjortnæs Larsen, Lillehammer 11.28, Henrik Overvåg, Dimna DNF

**Semifinale 2 (-1,5).** (29. juli) 1 Ndure 10.79, 2 Halonen 10.88, 3 Morken 10.93, 4 Thorshaug 11.07, 5 Patrick Monga Bifuko, Norna-Salhus 11.30, 6 Lars Jøran Storhaug, Skjalg 11.31, 7 Kenneth Vik Gulbrandsen, Tyrving 11.42, 8 Alexander Dahlstrøm Winger, Tjalve 11.43

**Forsøk 1 (-2,5).** (29. juli) 1 Ndure 11.08, 2 Thorshaug 11.23, 3 Bifuko 11.24, 4 Joe 11.25, 5 Colin Eriksen, Tjalve 11.25, 6 Jostein Joshua Fossøy, Florø 11.37, 7 Joakim Dang, Gular 11.50

**Forsøk 2 (-4,9).** (29. juli) 1 Kashafali 11.04, 2 Santiago 11.28, 3 Overvåg 11.40, 4 Pål Haugen Lillefosse, Gneist 11.48, 5 Brede Solberg Stølen, Ranheim 11.55, 6 Jervis Akvama, Norna-Salhus 11.58, 7 Sergey Adyasov, Skjalg 11.77

**Forsøk 3 (-3,5).** (29. juli) 1 Bøe 11.25, 2 Morken 11.26, 3 Larsen 11.41, 4 Vegard Fluge, Ask 11.56, 5 Andreas Haara Bakketun, Gneist 11.61, 6 Samuel Gyedu, Norna-Salhus 11.70, 7 Daniel Alejandro Johnsen, Ask 11.78, 8 Hans Chr. Walker, Sandnes 11.97

**Forsøk 4 (-2,1).** (29. juli) 1 Buhagen 11.40, 2 Storhaug 11.41, 3 Gulbrandsen 11.59, 4 Onar Apelsest, Dimna 11.60, 5 Peter Efe Rasmussen Osazuwa, Sandnes 11.67, 6 Stephen Owusu, Skjalg 11.68, 7 Isak Aaby, Bækkelaget 11.79

**Forsøk 5 (-4,7).** (29. juli) 1 Halonen 11.11, 2 Martinsen 11.33, 3 Winger 11.56, 4 Andres Stokka Andersen, Sandnes 11.59, 5 Christian Mensah, Ranheim 11.61, 6 Nivethan Panchalingam, BUL 11.65, 7 Ole-Petter Askim Vatne, BUL 11.84, 8 Theo Halvorsen, Tyrving 11.85

## Menn 200 meter

Finale	31. juli	-1,3
<b>1 Jaysuma Saidy Ndure</b>	<b>BUL</b>	<b>21.01</b>
<b>2 Jonathan Tetteh Quarcoo</b>	<b>Orion</b>	<b>21.34</b>
<b>3 Torbjørn Lysne</b>	<b>Gular</b>	<b>21.55</b>
4 Mathias Hove Johansen	Skjalg	21.57
5 Joachim Sandberg	Sandnes	21.68
6 Håkon Morken	Lillehammer	21.91
7 Salumu Ageze Kashafali	Norna-Salhus	21.93
8 Øyvind Strømmen Kjerpeset	Florø	21.96

**Semifinale 1 (-3,1).** (30. juli) 1 Ndure 21.34, 2 Johansen 21.85, 3 Kjerpeset 21.96, 4 Morken 22.10, 5 Øystein Klareng, Orion 22.14, 6 Carl Emil Kåshagen, Moelven 22.29, 7 Hallgeir Martinsen, Tyrving 22.53, Anders Erlend Idås, Vidar DNS

**Semifinale 2 (-1,5).** (30. juli) 1 Quarcoo 21.33, 2 Lysne 21.58, 3 Sandberg 21.64, 4 Kashafali 21.73, 5 Jonas Halonen, Tyrving 21.75, 6 Tormod Hjortnæs Larsen, Lillehammer 22.36, 7 Markus Nikolai Berner, Tyrving 22.54, 8 Filip Bøe, Fana 37.41

**Forsøk 1 (-1,0).** (30. juli) 1 Quarcoo 21.90, 2 Kjerpeset 22.21, 3 Kåshagen 22.38, 4 Lars Jøran Storhaug, Skjalg 23.05, 5 Ole-Petter Askim Vatne, BUL 23.39, 6 Isak Aaby, Bækkelaget 23.53

**Forsøk 2 (-0,1).** (30. juli) 1 Johansen 21.94, 2 Bøe 22.06, 3 Idås 22.24, 4 Berner 22.38, 5 Andreas Haara Bakketun, Gneist 22.76, 6 Mickey Joe, BUL 23.00, 7 Hans Chr. Walker, Sandnes 23.03

**Forsøk 3 (-0,2).** (30. juli) 1 Ndure 21.56, 2 Klareng 22.15, 3 Halonen 22.23, 4 Riquelvis Santiago, BUL 22.70, 5 Jervis Akvama, Norna-Salhus 22.99, 6 Patrick Monga Bifuko, Norna-Salhus 23.02, 7 Christian Steen Orbekk, Laksevåg 23.39

**Forsøk 4 (-1,3).** (30. juli) 1 Morken 22.20, 2 Sandberg 22.39, 3 Larsen 22.65, 4 Vegard Fluge, Ask 22.71, 5 Samuel Gyedu, Norna-Salhus 23.35, 6 Onar Apelsest, Dimna 23.56, 7 Joakim Deng, Gular 23.70, 8 Henrik Overvåg, Dimna 31.32

**Forsøk 5 (-0,4).** (30. juli) 1 Kashafali 21.84, 2 Lysne 21.94, 3 Martinsen 22.52, 4 Nivethan Panchalingam, BUL 22.53, 5 Alexander Dahlstrøm Winger, Tjalve 22.72, 6 Daniel Alejandro Johnsen, Ask 23.08, 7 Kenneth Vik Gulbrandsen, Tyrving 23.14, 8 Peter Efe Rasmussen Osazuwa, Sandnes 23.56

## Menn 400 meter

Finale	30. juli	
<b>PC med tidtaking låste seg.</b>	<b>m = manuell</b>	
<b>1 Karsten Warholm</b>	<b>Dimna</b>	<b>45.8m</b>
<b>2 Yeimer Lopez Garcia</b>	<b>Norna-Salhus</b>	<b>46.9m</b>
<b>3 Mauritz Kåshagen</b>	<b>Moelven</b>	<b>47.25</b>
4 Mike Lubsen	Skjalg	47.54
5 Martin Kåstad	Osterøy	48.83
6 Toralv Opsal	Dimna	54.52
Josh-Kevin Ramirez Talm	Norna-Salhus	DNF
Torbjørn Helda Fossum	Herkules	DNF

**Forsøk 1.** (29. juli) 1 Warholm 48.16, 2 Kåshagen 48.41, 3 Talm 49.80, 4 Helda 49.87, 5 Muhammed Doodu Jatta, Tjalve 50.30, 6 Håvard Hildeskor, BUL 50.98

**Forsøk 2.** (29. juli) 1 Garcia 48.66, 2 Lubsen 49.64, 3 Kåstad 49.76, 4 Opsal 49.87, 5 Simen Kjensli, BUL 50.05, 6 Markus Nikolai Berner, Tyrving 50.11

## Menn 800 meter

Finale	31. juli	
<b>1 Filip Ingebrigtsen</b>	<b>Sandnes</b>	<b>1:52.09</b>
<b>2 Andreas Roth</b>	<b>Ull/Kisa</b>	<b>1:52.58</b>
<b>3 Markus Einan</b>	<b>Ull/Kisa</b>	<b>1:52.98</b>
4 Sigurd Blom Breivik	Ull/Kisa	1:53.02
5 Jakob Ingebrigtsen	Sandnes	1:53.10
6 Sverre Blom Breivik	Ull/Kisa	1:55.05
7 Håvard Hildeskor	BUL	1:56.84
Yeimer Lopez Garcia	Norna-Salhus	DNS

**Forsøk 1.** (30. juli) 1 Garcia 1:51.92, 2 Sv. Breivik 1:52.17, 3 J. Ingebrigtsen 1:52.20, 4 Hildeskor 1:53.04, 5 Ådne Andersen, Dimna 1:53.23, 6 Kristoffer Janson Grindedal, Gular 1:53.39, 7 Henrik Irgens Gravdal, Gneist 1:55.25, 8 Ola Kroken, Vidar 1:55.31

**Forsøk 2.** (30. juli) 1 F. Ingebrigtsen 1:53.63, 2 Si. Breivik 1:53.89, 3 Håkon Mushom, Vidar 1:53.94, 4 Thomas M. Heggøy, Gular 1:55.59, 5 Sindre Solbakken Omvik, Rosendal 1:56.92, 6 Sondre Dingsør, Gular 1:57.45, 7 Vebjørn Borge, Gular 1:57.83, 8 Håvard Lalit Øglænd, Stavanger 2:00.10

**Forsøk 3.** (30. juli) 1 Einan 1:53.14, 2 Roth 1:53.80, 3 Trygve Feidje Mjelde, Osterøy 1:54.14, 4 Hauk Are Fjeld, Ull/Kisa 1:54.67, 5 Håkon Solli Henriksen, Nittedal 1:55.42, 6 Tor Alfred Bredesen, Snøgg 1:55.92, 7 Alexander Tesfamariam, Gular 1:56.26, 8 Abdi Guleed, BUL 2:00.41

## Menn 1500 meter

Finale	30. juli	
<b>1 Snorre Holtan Løken</b>	<b>Tjalve</b>	<b>4:01.00</b>
<b>2 Henrik Ingebrigtsen</b>	<b>Sandnes</b>	<b>4:01.28</b>
<b>3 Jakob Ingebrigtsen</b>	<b>Sandnes</b>	<b>4:01.67</b>
4 Erik Hovlandsdal	Norna-Salhus	4:02.67
5 Senay Amlesom Fitsehatsion	Tjalve	4:04.50
6 Thomas Jefferson Byrkjeland	Tjalve	4:04.84
7 Hans Kristian Fløystad	Tjalve	4:04.97
8 Vidar Dahle	Gular	4:05.28

9 Erik Udø Pedersen, Tjalve 4:05.84, 10 Even Brønndbo Dahl, Orion 4:06.08, 11 Jens Larsen Åstveit, Gneist 4:06.14, 12 Anders Bjørndal, Gneist 4:07.82

**Forsøk 1.** (29. juli) 1 Fissehatsion 4:04.50, 2 H. Ingebrigtsen 4:04.63, 3 H.K. Fløystad 4:04.64, 4 Byrkjeland 4:04.68, 5 Bjørndal 4:04.75, 6 Åstveit 4:04.80, 7 Henrik Irgens Gravdal, Gneist 4:05.04, 8 Sindre Solbakken Omvik, Rosendal 4:06.11, 9 Espen Roll Karlsen, Gneist 4:09.00, 10 Tor Alfred Bredesen, Snøgg 4:11.30

**Forsøk 2.** (29. juli) 1 Hovlandsdal 3:57.06, 2 J. Ingebrigtsen 3:57.25, 3 Pedersen 3:57.44, 4 Løken 3:57.55, 5 Dahl 3:57.61, 6 Dahle 3:57.62, 7 Mats Hauge, Haugesund 3:57.85, 8 Håvard Lalit Øglænd, Stavanger 3:58.34, 9 Lars Lunde, Stord 4:00.95, 10 Nils Jacon Fløystad, Strindheim 4:01.06

## Menn 5000 meter

Finale	29. juli	
<b>1 Marius Vedvik</b>	<b>Gular</b>	<b>14:19.63</b>
<b>2 Per Sveta</b>	<b>Gular</b>	<b>14:22.99</b>
<b>3 Obumichael M. Fissehatsion</b>	<b>Tjalve</b>	<b>14:31.44</b>
4 Hans Kristian Fløystad	Tjalve	14:31.90

5	Sindre Buraas	Ready	14:32.95
6	Tom Erling Kårbø	Stord	14:33.74
7	Sigurd Ruud Skjeseth	Orion	14:34.93
8	Eirik Gramstad	Vidar	14:41.61

9 Bjørnar Sandnes Lillefosse, Gular 14:49.40, 10 Kristian Tjørnholm, Kristiansand Løpeklubb 14:51.81, 11 Senay Amlesom Fissehatsion, Tjalve 14:52.34, 12 Ola Sakshaug, Kristiansand Løpeklubb 14:53.58, 13 Trond Ørjan Eide, Strindheim 14:53.79, 14 Jonas Lurås Hammer, Lørenskog 14:53.84, 15 Ebrahim Abdulaziz, Strindheim 14:55.70, 16 Erlend Gjerdevik Sørtveit, Gneist 14:56.44, 17 Stian Øvergaard Aarvik, Gneist 15:01.02, 18 Halfdan-Emil Færø, Varegg 15:01.55, 19 Ola Berg Fines, Mosvik 15:03.04, 20 Harald Solhaug Næss, Vidar 15:07.28  
 21 Stian Vestbø, Haugesund 15:08.68, 22 Andreas Iden, Gneist 15:11.30, 23 Ørjan Grønnevig, Stavanger 15:11.63, 24 Mats Bjørgum, Strindheim 15:17.12, 25 Henrik Nordtug, Steinkjer 15:23.39, 26 Alexander Kirkeberg, Steinkjer 15:23.40, 27 Ole Mikal Tørsdal, Haugesund 15:30.99, 28 Jon Arne Gaundal, Rindal 15:54.62, 29 Helge Langen, Rindal 16:51.46

### Menn 10000 meter

Finale		31. juli	
1	<b>Okubamichael</b>	<b>Tjalve</b>	<b>29:10.10</b>
<b>Mesfun Fitsehatsion</b>			
2	<b>Marius Vedvik</b>	<b>Gular</b>	<b>29:14.42</b>
3	<b>Zerei Kibrom Mezngi</b>	<b>Vadsø Atlet</b>	<b>29:34.12</b>
4	Frew Zenebe Brkineh	Sandnes	29:44.63
5	Erik Udø Pedersen	Tjalve	30:06.37
6	Ebrahim Abdulaziz	Strindheim	30:06.79
7	Eirik Gramstad	Vidar	30:10.46
8	Ola Sakshaug	Kristiansand Løpe	30:26.07

9 Trond Ørjan Eide, Strindheim 30:26.73, 10 Kristian Tjørnholm, Kristiansand Løpeklubb 30:31.76, 11 Jonas Lurås Hammer, Lørenskog 30:44.83, 12 Erlend Gjerdevik Sørtveit, Gneist 30:46.59, 13 Mats Bjørgum, Strindheim 30:54.44, 14 Ragnar Stølsmark, GTI 30:57.56, 15 Ola Berg Fines, Mosvik 31:03.96, 16 Halfdan-Emil Færø, Varegg 31:04.30, 17 Magnus Sirnes Hjellum, Gular 31:04.67, 18 Harald Solhaug Næss, Vidar 31:06.66, 19 Andreas Iden, Gneist 31:07.53, 20 Ole Mikal Tørsdal, Haugesund 31:24.52  
 21 Stian Vestbø, Haugesund 31:27.63, 22 Jens Bøhmer, Gular 31:27.69, 23 Jon Arne Gaundal, Rindal 32:33.31, 24 Helge Langen, Rindal 32:47.61, 25 Arne Mjelde Sæther, Lillehammer 32:52.96, 26 Nils Jacob Fløystad, Strindheim 33:17.05, Hans Kristian Fløystad, Tjalve DNF, Snorre Holtab Løken, Tjalve DNF, Per Svela, Gular DNF, Erlend Jensen BFG Bergen DNF, Urige Arado Buta, Haugesund DNF, Ørjan Grønnevig, Stavanger DNF, Asbjørn Ellefsen Persen, Tjalve DNF

### Menn 110 meter hekk

Finale		31. juli	-1,7
1	<b>Vladimir Vukicevic</b>	<b>Vidar</b>	<b>13.89</b>
2	<b>Henrik J.F. Holmberg</b>	<b>Vik</b>	<b>15.45</b>
3	<b>Martin Roe</b>	<b>Fri</b>	<b>15.50</b>
4	Sondre Guttormsen	Ski	16.13

### Menn 400 meter hekk

Finale		29. juli	
1	<b>Karsten Warholm</b>	<b>Dimna</b>	<b>50.72</b>
2	<b>Øyvind Strømmen Kjerpeset</b>	<b>Florø</b>	<b>52.63</b>
3	<b>Joachim Sandberg</b>	<b>Sandnes</b>	<b>52.64</b>
4	Leonard-Johan Nesheim	Haugesund	56.07
5	Christian Steen Orbekk	Laksevåg	57.91

### Menn 3000 meter hinder

Finale		30. juli	
1	<b>Tom Erling Kårbø</b>	<b>Stord</b>	<b>8:57.88</b>
2	<b>Thomas Jefferson Byrkjeland</b>	<b>Tjalve</b>	<b>9:13.32</b>
3	<b>Bjørnar Sandnes Lillefosse</b>	<b>Gular</b>	<b>9:18.35</b>
4	Vicent Sondre Førde	Gloppen	9:36.30
5	Fredrik Vaeng Røtnes	BUL Tromsø	9:45.70
6	Lars Lunde	Stord	9:59.34

### Menn 5000 meter kappgang

Finale		29. juli	
1	<b>Erik Tysse</b>	<b>Norna-Salhus</b>	<b>19:15.33</b>
2	<b>Håvard Haukenes</b>	<b>Gular</b>	<b>19:19.79</b>

3	<b>Fredrik Vaeng Røtnes</b>	<b>BUL Tromsø</b>	<b>19:51.10</b>
4	Joakim Sælen	Viking	21:44.41

### Menn Høyde

Finale		31. juli	
1	<b>Brede Raa Ellingsen</b>	<b>Fana</b>	<b>2.07</b>
2	<b>Ivan Kristoffer Nilsen</b>	<b>BUL</b>	<b>2.04</b>
=3	<b>Frederik Jahr</b>	<b>Tyrving</b>	<b>2.00</b>
=3	Sindre Gelius Eikje	Haugesund	2.00
5	Henrik J.F. Holmberg	Vik	2.00
=6	Lars Vikan Rise	Nidelv	1.95
=6	Erlend Bolstad Raa	Fana	1.95
8	Storm Håkon Koksvik	Grue	1.90

=9 Øyvind Ræstad Vikse, Haugesund 1.85, =9 Vetle Raa Ellingsen, Fana 1.85, =9 Jon Simen Mangset, Moelven 1.85, =9 Jesper Vestbø, Tjalve 1.85

Serie	1.85	1.90	1.95	2.00	2.04	2.07	2.10
1	o	o	o	o	xo	xo	xxx
2		o	xxo	o	o	xxx	
=3		o	xo	o	xxx		
=3		o	xo	o	xxx		
5	o	xo	o	xo	xxx		
=6		o	xxo	xxx			
=6	o	o	xxo	xxx			
8		o	xxx				
=9	o	xxx					
=9	o	xxx					
=9	o	xxx					
=9	o	xxx					

### Menn Stav

Finale		30. juli	
1	<b>Eirik Dolve</b>	<b>Fana</b>	<b>5.50</b>
2	<b>Sondre Guttormsen</b>	<b>Ski</b>	<b>5.10</b>
3	<b>Andreas F.T. Gjesdal</b>	<b>Tjalve</b>	<b>4.90</b>
4	Pål Haugen Lillefosse	Gneist	4.80
5	Fredrik Weiseth	Ranheim	4.70
6	Toralv Opsal	Dimna	4.60
7	Martin Roe	Fri	4.60
8	<b>Bjørn Øivind Berger</b>	<b>Pioner</b>	<b>4.40</b>

9 Marius Fauskrud, Moelven 4.30, 10 Jan Robert Nijmeijer, Urædd 4.20, 11 Audun Bakke Jensen, Tjalve 4.20, 12 Johannes Strømhaug, Tyrving 4.10, 13 Tor-Inge Øvrebotten Myrhol, Svelgen 3.90

Serie	3.90	4.10	4.20	4.30	4.40	4.50	4.60	4.70	4.80	4.90	5.00	5.10	5.20	5.50	5.61
1									xo	-	o	o	o	xo	xxx
=2									o	-	o	xxx			
=2									o	-	o	xxx			
4			o	-	o	-	o	o	o	xxx					
5								xxo	xxx						
6					xo	-	xo	xxx							
7		o	o	o	o	o	o	xxo	xxx						
8		o	-	xo	o	xxx									
9		o	o	xxo	xxx										
10	xo	xxo	xo	xxx											
11			xxo	-	xxx										
12	o	xo	xxx												
13	xo	xxx													

### Menn Lengde

Finale		29. juli	
1	<b>Ingar Kiplesund</b>	<b>Trondheim</b>	<b>7.64</b>
2	<b>Amund Sjursen</b>	<b>Gneist</b>	<b>7.59</b>
3	<b>Martin Roe</b>	<b>Fri</b>	<b>7.38</b>
4	Lars Vikan Rise	Nidelv	7.29
5	Vetle Utsi Onstad	Tjalve	7.09
6	Brede Solberg Stølen	Ranheim	6.90
7	Erik Lund	BUL	6.82
8	<b>Jostein Joshua Fossøy</b>	<b>Florø</b>	<b>6.53</b>

Serie	1	2	3	4	5	6
1	7.36	7.64	7.45	X	7.57	7.46
	+2,8	+2,5	+1,4		+1,9	+2,2
2	X	X	7.59	7.43	7.34	X
			+2,1	+2,6	+1,9	
3	7.32	7.28	7.38	5.17	2.76	X
	+2,9	+2,4	+3,0	+1,9	+1,3	
4	X	7.29	X	6.98	X	7.02
		+3,1		+3,5		+2,8

5	7.08	X	X	5.11	7.09	X
	+2,4			+2,2	+3,2	
6	6.88	X	6.90	4.79	6.83	6.84
	+4,5		+2,3	+1,5	+1,1	+2,3
7	6.43	X	2.18	X	6.82	1.88
	+2,6		+2,6		+1,6	+1,9
8	6.53	6.03	6.53	5.08	6.52	6.34
	+1,5	+3,1	+3,1	+2,3	+2,2	+3,5

## Menn Tresteg

Finale		30. juli	
<b>1</b>	<b>Sindre Almsengen</b>	<b>Tjalve</b>	<b>15.51</b>
<b>2</b>	<b>Jesper Vestbø</b>	<b>Tjalve</b>	<b>15.22</b>
<b>3</b>	<b>Vetle Utsi Onstad</b>	<b>Tjalve</b>	<b>14.96</b>
4	Ingar Kiplesund	Trondheim	14.91
5	Joakim Urdahl	Syriil	14.65
6	Jonathan Varela Byrkjenes	Norna-Salhus	14.28
7	Marius Kristoffer Tronslien	Sturla	14.23
8	Viljar Gjerde	Norna-Salhus	14.00

9 Erik Lund, BUL 13.96, 10 Erlend Bolstad Raa, Fana 13.95

Serie	1	2	3	4	5	6
1	15.51	15.47	X	X	14.94	X
	+1,6	+3,3			0,0	
2	14.67	15.22	15.14	X	14.77	15.11
	+2,3	+1,8	+0,9		+1,8	+0,3
3	14.63	14.96	X	14.51	X	-
	+1,5	+0,8		+1,3		
4	14.58	14.89	X	14.91	r	
	+2,7	+2,4		+2,1		
5	14.51	14.60	14.65	X	X	X
	+1,7	+0,4	+2,3			
6	X	13.70	14.28	X	-	X
		+0,5	+2,1			
7	14.23	X	X	X	X	-
	+3,2					
8	X	X	14.00	X	13.58	13.59
			+2,2		+0,3	-0,1
9	X	X	13.96			
			+2,0			
10	13.74	13.95	13.69			
	+1,5	-0,1	+2,9			

## Menn Kule

Finale		31. juli	
<b>1</b>	<b>Sven Martin Skagestad</b>	<b>Norna-Salhus</b>	<b>18.18</b>
<b>2</b>	<b>Marcus Thomsen</b>	<b>Tjalve</b>	<b>17.87</b>
<b>3</b>	<b>Ola Stunes Isene</b>	<b>Sturla</b>	<b>17.12</b>
4	Thomas Mardal	Gloppen	15.30
5	Martin Roe	Fri	15.28
	Thor Olav Rosvold	Tjalve	NM

Serie	1	2	3	4	5	6
1	17.64	X	18.02	18.18	X	X
2	15.74	17,20	X	17,38	16,43	17,87
3	15,96	16,42	16,49	17,10	X	17,12
4	15,30	X	14,85	X	X	14,54
5	14,82	14,87	X	15,28	X	X
	X	X	X	X	X	X

## Menn Diskos

Finale		29. juli	
<b>1</b>	<b>Sven Martin Skagestad</b>	<b>Norna-Salhus</b>	<b>61.58</b>
<b>2</b>	<b>Ola Stunes Isene</b>	<b>Sturla</b>	<b>54.61</b>
<b>3</b>	<b>Magnus R. Aunevik-Berntsen</b>	<b>Tjalve</b>	<b>53.98</b>
4	Bjørn Terje Pay	ROS	53.35
5	Thor Olav Rosvold	Tjalve	50.58
6	Thomas Mardal	Gloppen	50.56
7	Martin Roe	Fri	49.11
8	Erik Fluge	Ask	46.35

Serie	1	2	3	4	5	6
1	X	57.28	X	X	61.58	60.39
2	49.18	X	54.61	X	X	53.67
3	53.98	52.65	51.69	X	X	52.89
4	53.11	53.35	52.33	51.63	X	X
5	50.58	50.14	49.78	49.31	50.16	X
6	50.56	X	49.53	X	X	50.32
7	45.69	49.11	X	45.55	47.22	X

8	46.35	X	X	X	X	45.31
---	-------	---	---	---	---	-------

## Menn Slegge

Finale		30. juli	
<b>1</b>	<b>Eivind Henriksen</b>	<b>Tjalve</b>	<b>69.35</b>
<b>2</b>	<b>Steinar Kleppe</b>	<b>Gloppen</b>	<b>62.72</b>
<b>3</b>	<b>Jørgen Austnes</b>	<b>Fri</b>	<b>61.74</b>
4	Evald Osnes Devik	Gloppen	60.11
5	Kjetil Røste Ringen	Brandbu	59.25
6	Thomas Mardal	Gloppen	59.07
7	Jon Nerdal	Norna-Salhus	56.55
8	Sondre Kolbjørnsen	Norna-Salhus	54.57

9 Marius Grinden, Løten 53.85, 10 Hans Sande, Gloppen 52.35, 11 Martin Kornerud, Sturla 51.84, 12 Joachim Heier, Laksevåg 50.87, 13 Markus Villanger, Ask 50.84

Serie	1	2	3	4	5	6
1	X	X	66.82	69.35	69.15	X
2	58.13	62.72	X	X	59.11	62.62
3	59.21	59.02	59.39	59.79	61.45	61.74
4	55.35	X	60.11	59.26	58.78	X
5	X	57.44	X	58.64	57.45	59.25
6	X	57.20	59.07	X	57.49	X
7	56.55	X	X	55.73	55.67	X
8	51.15	54.57	X	52.09	X	X
9	X	53.85	51.40			
10	49.75	52.35	51.41			
11	51.84	X	47.80			
12	46.89	47.69	50.87			
13	X	X	50.84			

## Menn Spyd

Finale		31. juli	
<b>1</b>	<b>Paul Redford</b>	<b>Nittedal</b>	<b>66.45</b>
<b>2</b>	<b>Jarl Bernhard Bjørklund</b>	<b>Halden</b>	<b>61.64</b>
<b>3</b>	<b>Håkon Løvenskiold Kveseth</b>	<b>Orion</b>	<b>61.46</b>
4	Martin Roe	Fri	60.64
5	Gardar Johann Fridriksson	Norna-Salhus	60.03
6	Sondre Alexander Høyland	Tyrving	59.96
7	Harald Folkvord Hetland	Sandnes	57.82
8	Christer Stenersrød	Halden	56.84

9 Stein-Magne Eliseussen, Hind 53.54, Alexander Skorpen, Halden NM

Serie	1	2	3	4	5	6
1	63.13	X	X	64.25	66.45	X
2	56.42	61.64	57.95	X	59.80	X
3	X	61.46	59.32	58.13	57.61	X
4	55.14	60.64	X	58.13	59.54	58.74
5	57.74	X	58.64	60.03	X	57.29
6	56.10	59.96	-	58.45	?	X
7	56.37	55.93	57.03	56.84	X	57.82
8	X	52.91	54.43	56.84	X	X
9	53.44	53.54	52.91			
	X	X	X			

## Menn 1000 meter stafett (Tid avgjørende)

Finale		31. juli	
<b>1</b>	<b>Dimna</b>	<b>1:54.01</b>	
<b>2</b>	<b>Skjalg</b>	<b>1:55.62</b>	
<b>3</b>	<b>Sandnes</b>	<b>1:55.91</b>	
4	Tyrving	1:56.02	
5	Gular	1:56.22	
6	Ull/Kisa	1:57.44	
7	BUL	1:57.45	

Lagene:

- 1 Onar Apelseth, Nicolas R. Masters, Karsten Warholm, Ådne Andersen
- 2 Stephen Owusu, Lars Jøran Storhaug, Mathias Hove Johansen, Mike Lubsen
- 3 Hans Chr. Walker, Joachim Sandberg, Filip Ingebrigtsen, Peter Efe Rasmussen
- 4 Kenneth Vik Gulbrandsen, Jonas Halonen, Hallgeir Martinsen, Markus Nikolai Berner
- 5 Alexander Karlsson, Joakim Deng, Torbjørn Lysne, Kristoffer Janson Grindedal
- 6 Hauk Are Fjeld, Sigurd Blom Breivik, Markus Einan, Andreas Roth
- 7 Mickey Joe, Riquelvis Santiago, Ole-Petter Askim Vatne, Simen Kjensli

**Kvinner 100 meter**

Finale		
	29. juli	-2,1
<b>1</b>	<b>Ezinne Okparaebo</b>	<b>BUL 11.58</b>
<b>2</b>	<b>Helene Rønningen</b>	<b>Tyrving 11.77</b>
<b>3</b>	<b>Astrid Mangen Cederkvist</b>	<b>Vidar 11.90</b>
4	Ida Bakke Hansen	Sandnes 11.98
5	Ida Eikeng	Urædd 12.10
6	Ingvild Meinseth	Sørild 12.11
7	Mari Gilde Brubak	Trondheim 12.13
8	Anne Skudal Dolvik	Gneist 12.18

**Semifinale 1 (-1,7).** (29. juli) 1 Okparaebo 11.75, 2 Cederkvist 12.15, 3 Brubak 12.16, 4 Eikeng 12.30, 5 Agathe Holtan Wathne, Sandnes 12.46, 6 Tonje Fjellet Kristiansen, Orion 12.66, 7 Randi Victoria Vik Johannessen, Lyngdal 12.73, 8 Siv Krakeli Sneen, Moelven 12.94

**Semifinale 2 (-2,1).** (29. juli) 1 Rønningen 12.02, 2 Hansen 12.21, 3 Meinseth 12.22, 4 Dolvik 12.34, 5 Julie Viken, Fri 12.63, 6 Hanne Berit Irgens, Sandnes 12.63, 7 Malin Kulseth, Selbu 12.69, 8 Cecilia Håkegård, Selsbakk 12.71

**Forsøk 1 (-3,8).** (29. juli) 1 Rønningen 12.32, 2 Dolvik 12.37, 3 Wathne 12.60, 4 Kulseth 12.85, 5 Marte Maria Doeven Jermstad, Selsbakk 13.18, 6 Helene Lillebakken, Orion 13.34, 7 Emma Natalie Hagen Dhir, Kristiansand 13.37, Karoline Eskeland, Vidar DQ:R162.6

**Forsøk 2 (-3,1).** (29. juli) 1 Okparaebo 12.05, 2 Brubak 12.26, 3 Viken 12.64, 4 Liv Storhaug, Sandnes 13.09, 5 Ingrid Storlien, Orion 13.09, 6 June Sæbøe Tveit, Norna-Salhus 13.31, 7 Therese Skyttermoen, Lillehammer 13.51, 8 Celina Nilsen Lundevik, Tyrving 13.54

**Forsøk 3 (-4,3).** (29. juli) 1 Meinseth 12.20, 2 Cederkvist 12.59, 3 Irgens 12.68, 4 Johannessen 12.87, 5 Sneen 12.97, 6 Emilie Sandberg, Sandnes 12.99, 7 Christine Gloppestad, Tyrving 13.12, 8 Katrine Eufemia Ketki Ingvaldsen, Ask 13.36

**Forsøk 4 (-4,1).** (29. juli) 1 Eikeng 12.38, 2 Hansen 12.43, 3 Kristiansen 12.79, 4 Håkegård 12.80, 5 Ina Caroline Petterson, Tjalve 13.16, 6 Helén Strand, Rana 13.17, 7 Ingrid Sortland, Gneist 13.27, 8 Malin Mønsås, Sørild 13.32

**Kvinner 200 meter**

Finale		
	31. juli	-1,1
<b>1</b>	<b>Helene Rønningen</b>	<b>Tyrving 23.98</b>
<b>2</b>	<b>Ida Bakke Hansen</b>	<b>Sandnes 24.01</b>
<b>3</b>	<b>Anne Skudal Dolvik</b>	<b>Gneist 24.37</b>
4	Christine Bjelland Jensen	Gular 24.53
5	Astrid Mangen Cederkvist	Vidar 24.54
6	Ingvild Meinseth	Sørild 24.71
7	Agathe Holtan Wathne	Sandnes 25.01
8	Mari Gilde Brubak	Trondheim 25.03

**Semifinale 1. (-1,5).** (30. juli) 1 Rønningen 24.24, 2 Hansen 24.32, 3 Jensen 24.65, 4 Brubak 25.12, 5 Tonje Fjellet Kristiansen, Orion 25.19, 6 Karoline Daland, Sørild 25.74, 7 June Sæbøe Tveit, Norna-Salhus 26.04, 8 Malin Kulseth, Selbu 26.09

**Semifinale 2. (-1,0).** (30. juli) 1 Dolvik 24.50, 2 Cederkvist 24.78, 3 Meinseth 24.81, 4 Wathne 24.96, 5 Julie Viken, Fri 25.62, 6 Tara Norum, Steinkjer 25.92, 7 Hanne Berit Irgens, Sandnes 26.09, 8 Synne Frydenlund, Larvik Turn 26.44

**Forsøk 1 (-1,1).** (30. juli) 1 Rønningen 25.38, 2 Kristiansen 25.48, 3 Norum 25.62, 4 Kulseth 26.09, 5 Christine Gloppestad, Tyrving 26.10, 6 Liv Storhaug, Sandnes 26.45, 7 Randi Victoria Johannessen, Lyngdal 26.72, 8 Anna Bogunovic Jakobsen, Skjalg 27.21

**Forsøk 2 (-0,8).** (30. juli) 1 Hansen 24.97, 2 Wathne 25.46, 3 Daland 25.95, 4 Tveit 25.97, 5 Frydenlund 26.00, 6 Katrine Eufemia Ketki Ingvaldsen, Ask 26.66, 7 Ingrid Sortland, Gneist 27.05, 8 Line Myrestøl Johansson, Sørild 27.25

**Forsøk 3 (-0,5).** (30. juli) 1 Cederkvist 25.11, 2 Brubak 25.29, 3 Jensen 25.37, 4 Siv Krakeli Sneen, Moelven 26.11, 5 Helén Strand, Rana 26.37, 6 Helene Lillebakken, Orion 26.94, Ingrid Storlien, Orion DNS

**Forsøk 4 (-1,7).** (30. juli) 1 Dolvik 25.02, 2 Meinseth 25.31, 3 Viken 25.75, 4 Irgens 26.07, 5 Therese Skyttermoen, Lillehammer 26.75, 6 Marte Maria Doeven Jermstad, Selsbakk 26.83, 7 Jennifer Mjø, Aurland 27.27

**Kvinner 400 meter**

Finale		
	30. Juli	
<b>1</b>	<b>Line Kloster</b>	<b>Vidar 53.02</b>
<b>2</b>	<b>Sara Dorthea Jensen</b>	<b>Sørild 53.61</b>
<b>3</b>	<b>Benedicte Hauge</b>	<b>Tjalve 54.05</b>
4	Emily Rose Norum	Steinkjer 54.51
5	Ingrid Linn Nordahl	Fredrikstad 56.17
6	Karoline Eskeland	Vidar 57.71
7	Margrete J. Baustad	Haugesund 58.88

	8 Sara Havang	Selsbakk	59.58
<b>Forsøk 1.</b> (29. Jul.)	1 Hauge 56.55, 2 Norum 56.85, 3 Nordahl 57.57, 4 Alice Ulla Berg, Dimna 59.31, 5 Mina Marie Anglero, Tyrving 59.38, 6 Lena Indrebø, Gular 59.47, 7 Turid Loe, Selsbakk 60.18		
<b>Forsøk 2.</b> (29. Jul.)	1 Kloster 54.42, 2 Jensen 55.41, 3 Havang 58.11, 4 Eskeland 58.18, 5 Baustad 58.21, 6 Synne Frydenlund, Larvik Turn 59.00		

**Kvinner 800 meter**

Finale		
	31. juli	
<b>1</b>	<b>Yngvild Elvemo</b>	<b>Vidar 2:07.43</b>
<b>2</b>	<b>Ida Fillingsnes</b>	<b>Herkules 2:07.95</b>
<b>3</b>	<b>Martine Eikemo Borge</b>	<b>Vidar 2:10.16</b>
4	Camilla Ziesler	Sandnes 2:11.37
5	Helena Siltberg	BUL 2:12.70
6	Caroline Fleischer	Ski 2:13.14
7	Vilde Våge Henriksen	Haugesund 2:13.91
8	Anniken Johansen	BUL 2:14.73

**Forsøk 1.** (30. juli) 1 Elvemo 2:16.00, 2 Ziesler 2:16.41, 3 Siltberg 2:16.53, 4 Fleischer 2:17.03, 5 Ane Bakken Hodt, Strindheim 2:17.31, 6 Pia Bålsrud, Ull/Kisa 2:18.60, Agnes Erlingsdottir, Tjalve DQ:ikke startberettiget, utenlandsk statsborger uten dispensasjon.

**Forsøk 2.** (30. juli) 1 Henriksen 2:19.57, 2 Fillingsnes 2:19.58, 3 Borge 2:19.70, 4 Johansen 2:19.75, 5 Lena Indrebø, Gular 2:20.70, 6 Maren Hansen Møllerud Hauen, Ren-Eng 2:21.05, 7 Caroline Foss Høistad, Ull/Kisa 2:22.71

**Kvinner 1500 meter**

Finale		
	30. juli	
<b>1</b>	<b>Ida Fillingsnes</b>	<b>Herkules 4:25.22</b>
<b>2</b>	<b>Kristine Eikrem Engeset</b>	<b>Vidar 4:26.41</b>
<b>3</b>	<b>Camilla Ziesler</b>	<b>Sandnes 4:30.25</b>
4	Aurora Dybedokken	Tyrving 4:31.35
5	Christina Maria Toogood	Tjalve 4:32.12
6	Sigrid Jervell Våg	BUL 4:38.18
7	Ingrid Kristiansen	Gular 4:38.27
8	Anniken Johansen	BUL 4:39.06

9 Ida Elise Nymoen Eltervaag, Skjalg 4:39.80, 10 Kristine Lande Dommersnes, Haugesund 4:42.39, 11 Vienna Søyland Dahle, Skjalg 4:44.63, 12 Lisa Maria Thomassen, Skarphedin 4:55.28, 13 Caroline Foss Høistad, Ull/Kisa 5:02.09, Helena Siltberg, BUL DNF

**Kvinner 5000 meter**

Finale		
	29. Jul	
<b>1</b>	<b>Aurora Dybedokken</b>	<b>Tyrving 16:35.53</b>
<b>2</b>	<b>Live Solheimdal</b>	<b>Vidar 16:39.14</b>
<b>3</b>	<b>Ingrid Folvik</b>	<b>Gular 16:41.65</b>
4	Veronika Brennhovd Blom	Vidar 16:42.64
5	Karoline Egeland Skatteboe	Tyrving 16:45.15
6	Lena Selen	Strindheim 16:48.41
7	Mariann Roe	Skarphedin 16:53.98
8	Vienna Søyland Dahle	Skjalg 17:07.60

9 Maria Sagnes Wågan, Namdal Løpeklubb 17:15.79, 10 Maryna Novik, Klypetussen 17:18.63, 11 Lene Sandem, BUL 17:39.02, 12 Kjersti Fresvik, Gular 17:45.06, 13 Pernilla Eugenie Epland, Stord 17:52.29, 14 Juni Osnes Lund, Tjalve 17:59.63, 15 Marie Synøve Qvale, Tjalve 19:07.51, Sigrid Jervell Våg, BUL DNF, Ida Meli Narbuvoll, Ren-Eng DNF

**Kvinner 10000 meter**

Finale		
	31. juli	
<b>1</b>	<b>Live Solheimdal</b>	<b>Vidar 34:47.70</b>
<b>2</b>	<b>Runa Skrove Falck</b>	<b>Vidar 34:48.77</b>
<b>3</b>	<b>Karoline Egeland Skatteboe</b>	<b>Tyrving 34:53.50</b>
4	Heidi Dietrichson Pharo	Bøler 34:54.63
5	Kristine Helle	Tjalve 34:58.94
6	Ida Meli Narbuvoll	Ren-Eng 35:10.47
7	Maria Sagnes Wågan	Namdal Løpe 35:12.43
8	Marte Flatlien	Lillehammer 35:53.89

9 Maryna Novik, Klypetussen 36:17.16, 10 Hanne Mjøen Maridal, Lillehammer 36:41.63, 11 Synnøve Mo, Tyrving 38:55.38, Lena Selen, Strindheim DNF



**Kvinner 100 meter hekk**

Finale			
		31. Jul	-1,9
<b>1</b>	<b>Isabelle Pedersen</b>	<b>BUL</b>	<b>13.37</b>
<b>2</b>	<b>Line Kloster</b>	<b>Vidar</b>	<b>13.54</b>
<b>3</b>	<b>Tale Ørving</b>	<b>Romerike</b>	<b>13.65</b>
4	Agathe Holtan Wathne	Sandnes	14.04
5	Ida Eikeng	Urædd	14.07
6	Kristi Strømmen Kjerpeset	Florø	14.18
7	Caroline Fleischer	Ski	15.70
	Celina Nilsen Lundevik	Tyrving	DNF

**Kvinner 400 meter hekk**

Finale			
		29. juli	
<b>1</b>	<b>Amalie Hammild Iuel</b>	<b>Tyrving</b>	<b>57.06</b>
<b>2</b>	<b>Karoline Daland</b>	<b>Sørild</b>	<b>59.81</b>
<b>3</b>	<b>Marlen Aakre</b>	<b>Fredrikstad</b>	<b>60.23</b>
4	Karin Busch	Vidar	62.21
5	Solveig Hernandez Vråle	Sturla	62.50
6	Nora Kollerød Wold	Fredrikstad	63.15
7	Katinka Vaag Prestøy	Fredrikstad	64.42
8	Tina Helen Bergem	Tjalve	65.29

**Kvinner 3000 meter hinder**

Finale			
		30. juli	
<b>1</b>	<b>Ingeborg Løvnes</b>	<b>Vidar</b>	<b>10:00.13</b>
<b>2</b>	<b>Clara Sagnes Wågan</b>	<b>Namsen</b>	<b>11:11.86</b>
<b>3</b>	<b>Silje Lindstad</b>	<b>Norna-Salhus</b>	<b>11:33.06</b>

**Kvinner 3000 meter kappgang**

Finale			
		29. Juli	
<b>1</b>	<b>Merete Helgheim</b>	<b>Gloppen</b>	<b>13:39.80</b>
<b>2</b>	<b>Vilde Lundin</b>	<b>BUL Tromsø</b>	<b>15:28.04</b>
<b>3</b>	<b>Josefin Greiff</b>	<b>Tønsberg</b>	<b>15:37.88</b>
4	Fride Møller Flatin	Dimna	15:52.17
5	Lisa Måren Løseth	Høyang	16:16.37

**Kvinner Høyde**

Finale			
		29. Juli	
<b>1</b>	<b>Tonje Angelsen</b>	<b>Tjalve</b>	<b>1.80</b>
<b>2</b>	<b>Katarina Mögenburg</b>	<b>Tyrving</b>	<b>1.75</b>
<b>3</b>	<b>Anne Engen Andersen</b>	<b>Frol</b>	<b>1.70</b>
4	Caroline Fleischer	Ski	1.65
5	Hanne Berit Irgens	Sandnes	1.65
6	Thea Leirfall Bremseth	Stjørdal	1.65
7	Linn Vikan	BUL	1.60
=8	Ingrid Færøvik Mork	Norna-Salhus	1.60
=8	Elin Mara Forsberg Dale	Herkules	1.60
=8	Emily Solem-Young	Fana	1.60
=8	Karen Høystad	Lillehammer	1.60

Serie	1.60	1.65	1.70	1.75	1.80	1.90
1		o	o	xxo	xxx	
2			xo	o	xxx	
3	o	o	xo	xxx		
4	o	o	xxx			
5	o	xo	xxx			
6	xo	xxo	xxx			
7	xo	xxx				
=8	xxo	xxx				
=8	xxo	xxx				
=8	xxo	xxx				
=8	xxo	xxx				

**Kvinner Stav**

Finale			
		29. juli	
<b>1</b>	<b>Lene Retzius</b>	<b>BUL</b>	<b>4.10</b>
=2	<b>Cathrine Larsåsen</b>	<b>BUL</b>	<b>3.80</b>
=2	<b>Ida Beate Øyen Østhus</b>	<b>Ranheim</b>	<b>3.80</b>
4	Katrine Haarklau	Fana	3.70
5	Birgitte Kjuus	Ull/Kisa	3.70

6	Hedda M. Kjølberg Hauge	Ski	3.50
7	Stien Grong Ruud	Stjørdal	3.40
8	Tiril Malm Sunde	Moelven	3.20

9 Andrea Thorsheim, Norna-Salhus 3.00

Serie	2.80	3.00	3.20	3.30	3.40	3.50	3.60	3.70	3.80	3.85	3.90	4.00	4.10	4.20
1									o	-	-	xxo	o	xxx
=2									o	-	-	-	-	xxx
=2								o	o	o	-	xxx		
4								o	-	o	-	xxx		
5								o	-	xo	xxx			
6								o	-	o	xxx			
7								o	o	o	xxx			
8	o	o	xo	xxx										
9	o	xxo	xxx											

**Kvinner Lengde**

Finale			
		30. juli	
<b>1</b>	<b>Nadia Akpana Assa</b>	<b>BUL</b>	<b>6.49</b>
<b>2</b>	<b>Margrethe Renstrøm</b>	<b>Tjalve</b>	<b>6.25</b>
<b>3</b>	<b>Oda Utsi Onstad</b>	<b>Fagernes</b>	<b>5.97</b>
4	Live Haugstad Hilton	Gular	5.76
5	Hanne Berit Irgens	Sandnes	5.57
6	Caroline Fleischer	Ski	5.50
7	Andrea Thorsheim	Norna-Salhus	5.38
8	Frida Thorsås	Urædd	5.38

9 Thale Leirfall Bremseth, Stjørdal 5.33, 10 Birgitte Kjuus, Ull/Kisa 5.26, 11 Emily Nyborg, Steinkjer 5.19, 12 Jenny Nyborg, Steinkjer 5.17

Serie	1	2	3	4	5	6
1	6.49	6.34	6.24	6.37	6.31	X
	+1,4	+1,1	+1,5	+2,5	+2,1	
2	6.25	X	X	X	6.22	X
	+1,5				+3,9	
3	5.97	5.97	X	5.71	r	
	+0,8	+0,4		+1,4		
4	X	4.53	5.62	X	5.76	X
		+2,6	+0,2		+2,7	
5	5.20	X	5.56	5.37	4.90	5.57
	0,0		+2,2	+1,1	+2,7	+1,9
6	X	5.50	5.34	3.43	X	5.30
		+2,2	+0,2	+1,3		+1,4
7	5.38	5.25	5.26	5.29	5.22	X
	+1,0	+0,1	+1,5	+1,4	+2,6	
8	X	X	5.38	1.86	2.03	-
			+0,8	0,0	+1,0	
9	5.30	X	5.33			
	+0,2		+2,5			
10	5.11	5.26	X			
	+2,0	+1,0				
11	5.07	5.19	5.17			
	+1,7	-0,7	+1,4			
12	5.10	5.14	5.17			
	-1,4	-0,2	+0,1			

Kvalifisering: 1 Renstrøm 6.20, 2 Onstad 5.79, =3 Assa 5.75, =3 Hilton 5.75, 5 Bremseth 5.59, 6 Irgens 5.55, 7 J. Nyborg 5.47, 8 Kjuus 5.44, 9 Fleischer 5.42, 10 E. Nyborg 5.39, 11 Thorsås 5.32, 12 Thorsheim 5.29, 13 Jennifer Mjøs, Aurland 5.12, 14 Julie Bressand, Tyrving 5.11, 15 Liv Storhaug, Sandnes 5.09

Serie	1	2	3	Serie:	1	2	3
1	6.20			9	X	X	5.42
	+3,4						+4,7
2	5.79			10	X	X	5.39
	+2,5						+3,6
=3	5.75			11	3.80	5.32	X
	+2,6				+3,0	+2,7	
=3	5.75			12	5.13	5.26	5.29
	+2,9				+2,6	+3,3	+3,5
5	5.59	5.04	5.44	13	4.96	4.86	5.12
	+3,0	+3,7	+3,6		+2,5	+2,6	+3,6
6	5.55	X	X	14	X	4.90	5.11
	+2,9					+3,1	+5,2
7	X	4.98	5.47	15	5.04	5.09	X
		+2,5	+4,1		+4,8	+2,5	
8	5.44	5.36	r				
	+2,9	+2,6					

**Kvinner Tresteg**

Finale			
		31. jul	
<b>1</b>	<b>Oda Utsi Onstad</b>	<b>Fagernes</b>	<b>13.03</b>
<b>2</b>	<b>Monika Benserud</b>	<b>Gneist</b>	<b>12.84</b>
<b>3</b>	<b>Katarina Mögenburg</b>	<b>Tyrving</b>	<b>12.56</b>
4	Chiamaka Okparaebo	BUL	12.46
5	Mai Britt Berge	Iveland	12.26

6	Anna Eikebrokk	Tyrving	12.06
7	Solveig Hernandez Vråle	Sturla	11.95
8	Mari Sellevåg Aarø	Norna-Salhus	11.87

9 Birgitte Kjuus, Ull/Kisa 11.80, 10 Målfrid Pettersen Lunde, Fana 11.44, 11 Emily Nyborg, Steinkjer 11.32, 12 Elise Søvik, Norna-Salhus 11.03

Serie	1	2	3	4	5	6
1	12.83	13.03	12.97	13.01	12.97	X
	+2,4	+1,9	+0,9	+2,6	+2,0	
2	X	12.53	12.84	X	12.42	12.63
		+2,1	+2,2		+2,6	+1,8
3	12.38	X	X	12.33	12.56	-
	+1,5			+2,4	+1,3	
4	12.46	X	X	12.38	X	X
	+3,4			+2,1		
5	X	12.11	12.08	12.09	12.02	12.26
		+1,2	+1,4	+1,3	+0,9	+1,3
6	11.98	X	12.06	r		
	+1,7		+3,4			
7	11.54	11.57	11.95	X	11.72	X
	+0,3	+1,4	+2,2		+1,3	
8	11.84	11.74	X	X	X	11.87
	+2,6	+0,3				+2,1
9	X	11.20	11.80			
		+2,9	+1,7			
10	11.35	11.13	11.44			
	+1,2	+2,5	+1,6			
11	11.32	X	9.67			
	+2,5		+1,8			
12	X	11.03	X			
		-0,8				

**Kvalifiseringsgruppe 1** (30. juli): 1 Onstad 12.77, 2 Benserud 12.59, 3 Mögenburg 12.12, 4 Vråle 12.06, 5 Eikebrokk 11.86, 6 Lunde 11.66, 7 Søvik 11.48, 8 Julie Bressand, Tyrving 11.45, 9 Marthe Sofie Haugli Røe, Tyrving 11.37, 10 Andrea Thorsheim, Norna-Salhus 10.66, 11 Emily Solem-Young, Fana 10.38

**Kvalifiseringsgruppe 2** (30. juli): 1 Okparaebo 12.58, 2 Berge 11.97, 3 Kjuus 11.91, 4 Aarø 11.73, 5 Nyborg 11.47, 6 Julie Gaustad, BUL 11.46, 7 Sofie Olsholt, Tjalve 11.43, 8 Guro Ølnes, Tyrving 11.37, 9 Julie Woie Flølo, Gular 11.35, 10 Ingrid Færøvik Mork, Norna-Salhus 10.25

Kvalifiseringsgruppe 1			Kvalifiseringsgruppe 2				
Serie	1	2	3	Serie	1	2	3
1	12.77			1	12.59		
	+0,2				+0,4		
2	12.59			2	11.54	11.97	-
	+3,4				-1,1	+0,5	
3	X	12.12		3	11.91		
		+1,9			+0,4		
4	11.17	10.91	12.06	4	11.52	11.73	10.03
	+2,4	+1,2	+2,8		-0,7	-0,1	+1,3
5	11.86			5	X	11.47	X
	+3,5				+1,3		
6	11.66	11.66	11.35	6	11.37	11.46	X
	+2,3	+1,1	+1,4		-1,4	+0,2	
7	11.14	11.48	X	7	11.43	11.43	X
	+0,1	+1,0			+2,5	+0,3	
8	11.45	X	X	8	10.59	10.97	11.37
	+2,1				-0,6	+1,9	+0,3
9	X	11.37	11.26	9	11.17	11.18	11.35
		-1,1	-0,1		-0,5	+0,8	+0,4
10	10.66	10.53	10.55	10	9.35	10.25	X
	+4,1	+0,8	+0,5		+0,8	+0,9	
11	10.38	X	X				
	+2,2						

## Kvinner Kule

Finale		29. juli	
1	<b>Kristin Sundsteigen</b>	<b>Ask</b>	<b>13.63</b>
2	<b>Charlotte Lund Abrahamsen</b>	<b>Sandvin</b>	<b>13.48</b>
3	<b>Camilla Rønning</b>	<b>Nittedal</b>	<b>13.41</b>
4	Matilde Roe	Fri	13.18
5	Elise Gravningen	Sandvin	12.92
6	Linn Louise W. Kvaale	Tjalve	12.09
7	Marit Jørgenrud	Spydeberg	11.82
8	Berit Stunes Isene	Sturla	11.82

9 Frida Thorsås, Urædd 11.57, 10 Elin Isane, Gloppen 11.50, 11 Mona Ekroll Jaidi, Norna-Salhus 11.39, 12 Mona Christine Holm Solberg, Tjalve 10.99, 13 Linnea Greiff, Tønsberg 10.49

Serie	1	2	3	4	5	6
1	12.84	X	13.63	13.47	12.93	13.58
2	X	11.93	13.48	12.09	12.74	12.29
3	12.08	12.45	13.26	12.69	13.29	13.41
4	12.93	X	12.56	X	13.01	13.18
5	12.74	12.74	12.84	12.23	12.87	12.92

6	11.47	12.09	11.23	11.98	11.19	11.18
7	11.82	11.54	11.75	11.46	11.71	11.80
8	11.76	11.09	11.19	X	11.82	X
9	11.05	X	11.57			
10	11.08	10.96	11.50			
11	X	X	11.39			
12	10.78	X	10.99			
13	10.09	10.37	10.49			

## Kvinner Diskos

Finale		31. juli	
1	<b>Grete Etholm</b>	<b>Tjalve</b>	<b>50.69</b>
2	<b>Matilde Roe</b>	<b>Fri</b>	<b>49.57</b>
3	<b>Elin Isane</b>	<b>Gloppen</b>	<b>47.99</b>
4	Mona Ekroll Jaidi	Norna-Salhus	45.90
5	Else Lundestad Bakkelid	Gloppen	43.29
6	Solveig Fredriksen	Norna-Salhus	42.93
7	Trude Raad	Gloppen	42.14
8	Berit Stunes Isene	Sturla	41.44

9 Linn Louise W. Kvaale, Tjalve 39.44, 10 Helene Sofie Ingvaldsen, Norna-Salhus 39.20, 11 Elise Gravningen, Sandvin 37.07, 12 Hedda Hauge Aasgård, Norna-Salhus 31.74

Serie	1	2	3	4	5	6
1	41.59	46.74	50.69	X	49.12	48.69
2	48.56	49.57	48.11	48.09	45.53	49.26
3	46.30	X	45.09	46.21	47.99	47.81
4	X	41.97	40.47	44.11	45.90	45.19
5	39.60	41.31	41.17	43.29	X	41.93
6	38.75	40.39	41.15	41.74	42.93	X
7	42.14	X	X	40.66	X	X
8	37.75	39.99	41.44	X	37.82	40.96
9	34.17	36.05	39.44			
10	X	31.38	39.20			
11	35.92	X	37.07			
12	31.74	X	X			

## Kvinner Slegge

Finale		29. juli	
1	<b>Beatrice Nedberge Llano</b>	<b>Laksevåg</b>	<b>65.48</b>
2	<b>Mona C. Holm Solberg</b>	<b>Tjalve</b>	<b>64.28</b>
3	<b>Trude Raad</b>	<b>Gloppen</b>	<b>63.28</b>
4	Mari Strange Øya	Tjalve	54.83
5	Helene Sofie Ingvaldsen	Norna-Salhus	53.21
6	Marte Rygg Årdal	Gloppen	52.93
7	Silje Stenersrød	Halden	45.71
8	Vilde Emilie Ingvaldsen	Norna-Salhus	45.63

9 Helene Hofstad, Gular 42.22, 10 Mona Ekroll Jaidi, Norna-Salhus 42.10, 11 Marit Jørgenrud, Spydeberg 40.71, Inga Amalie Iversen, Norna-Salhus NM

Serie	1	2	3	4	5	6
1	59.14	60.06	X	64.72	65.48	65.44
2	62.08	64.28	62.70	63.72	X	X
3	55.76	62.01	60.62	63.28	X	61.48
4	X	X	54.83	X	53.94	52.55
5	X	51.28	51.32	53.21	X	51.89
6	51.78	52.45	X	52.93	52.68	51.33
7	X	44.90	45.71	45.63	X	43.56
8	40.11	42.55	45.63	X	45.18	43.58
9	41.63	X	42.22			
10	X	42.10	40.81			
11	39.20	40.71	38.75			
	X	X	X			

## Kvinner Spyd

Finale		30. juli	
1	<b>Sigrid Borge</b>	<b>Osterøy</b>	<b>56.36</b>
2	<b>Andrea Enerstad Bolle</b>	<b>Vestby</b>	<b>52.38</b>
3	<b>Kristian Kristianslund</b>	<b>Bækkelaget</b>	<b>51.04</b>
4	Marte Aaltvedt	Romerike	48.45
5	Lena Marie Hansen	Tjalve	48.05
6	Emilie Ingerø	Halden	47.66
7	Maria Børstad Jensen	Stjørdal	45.64
8	Mali Ingeborg Vollan Marstad	Stjørdal	44.41

9 Lienea Greiff, Tønsberg 42.51, 10 Mia Erika Fagerlund Johansen, Ski 38.69

Serie	1	2	3	4	5	6
1	52.67	51.61	52.03	52.13	X	56.36
2	47.77	46.49	48.72	47.85	X	52.38
3	40.76	48.47	48.19	51.04	46.15	X



4	48.45	X	X	X	X	44.71
5	45.98	48.05	47.32	46.44	X	45.49
6	47.49	X	47.66	47.41	X	X
7	44.8?	45.64	X	44.14	43.98	X
8	37.36	37.92	43.07	44.41	40.93	41.07
9	39.97	X	42.51			
10	37.46	38.69	38.24			

## Kvinner 1000 meter stafett

31. juli

<b>1</b>	<b>Vidar</b>	<b>2:08.00</b>
<b>2</b>	<b>Sørild</b>	<b>2:09.21</b>
<b>3</b>	<b>Tyrving</b>	<b>2:09.33</b>
<b>4</b>	<b>Gular</b>	<b>2:14.59</b>
<b>5</b>	<b>Sandnes</b>	<b>2:15.44</b>

<b>6</b>	<b>Fredrikstad</b>	<b>2:17.20</b>
<b>7</b>	<b>Selsbakk</b>	<b>2:18.08</b>
<b>8</b>	<b>Kristiansand</b>	<b>2:18.54</b>

Lagene:

- 1 Karin Busch, Astrid Mangen Cederkvist, Line Kloster, Yngvild Elvemo
- 2 Malin Mønsås, Ingvild Meinseth, Karoline Daland, Sara Dorthea Jensen
- 3 Christine Gloppestad, Helene Rønningen, Mari Drabløs, Amalie Hammild Luel
- 4 Rachel Ombeni, Live Haugstad Hilton, Christine Bjelland Jensen, Lena Indrebø
- 5 Liv Storhaug, Hanne Berit Irgens, Agathe Holtan Wathne, Ida Bakke Hansen
- 6 Nora Kollerød Wold, Katinka Vaag Prestøy, Marlen Aakre, Ingrid Linn Nordahl
- 7 Cecilia Håkegård, Malin Kulseth, Sara Havang, Turid Loe
- 8 Mari K. Breilid, Emma Natalie Hagen Dhir, Eline Breilid, Amalie Sæten